

## El malestar psicológico del confinamiento en personas en estadios previos a la demencia se prolongó durante la desescalada de la COVID-19

- ***El empeoramiento de la salud mental y del estado de ánimo de las personas de edad avanzada en riesgo de desarrollar demencia, provocado por las medidas de confinamiento, se mantuvo durante las primeras semanas de desconfinamiento***
- ***El estudio, liderado por investigadores del Instituto Hospital del Mar de Investigaciones Médicas y médicos del Hospital del Mar, con participación del Barcelona βeta Brain Research Center, centro de investigación de la Fundació Pasqual Maragall, lo publica la revista Journal of Alzheimer's Disease***
- ***Para llevar a cabo el estudio se han utilizado nuevas tecnologías para monitorizar y comprender el impacto del confinamiento. Las personas que han participado en él forman parte del estudio PENSA de prevención del deterioro cognitivo en estadios previos a la aparición de la demencia***

**Barcelona, 2 de febrero de 2021.** – Los efectos del **confinamiento** decretado para hacer frente a la pandemia de la **COVID-19** sobre la salud mental de las personas de edad avanzada en estadios previos a la demencia, **se mantuvieron durante la fase de desescalada**. Lo destaca un estudio que publica la revista *Journal of Alzheimer's Disease*, liderado por investigadores del Instituto Hospital del Mar de Investigaciones Médicas (IMIM) y médicos del Hospital del Mar, así como investigadores del CIBER de Fisiopatología de la Obesidad y la Nutrición (CIBEROBN) y del CIBER de Fragilidad y Envejecimiento Saludable (CIBERFES). El trabajo ha contado con la colaboración del Barcelona βeta Brain Research Center (BBRC).

El estudio consistió en el seguimiento de 16 personas, de entre 60 y 80 años, participantes en el [estudio PENSA](#) de prevención del deterioro cognitivo en estadios previos a la aparición de la demencia. Ninguna de ellas sufrió la COVID-19. Su actividad se monitorizó de forma exhaustiva de forma diaria, semanal y mensual, durante dos meses, hecho que permitió comparar su evolución antes, durante y después del confinamiento. El deterioro cognitivo subjetivo está considerado como un estadio preclínico de la enfermedad de Alzheimer y las personas que lo sufren son los candidatos ideales para ensayos de prevención de la demencia.

Los datos obtenidos han permitido determinar que **"durante los meses de confinamiento domiciliario estricto, todos los participantes experimentaron un aumento del malestar psicológico general y de los síntomas de ansiedad y de depresión, sobrepasando el umbral patológico"**, explica Natàlia Soldevila-Domènech, investigadora del Grupo de investigación en Farmacología Integrada y Neurociencia de Sistemas del IMIM-Hospital del Mar y primera firmante del trabajo. Como novedad, el seguimiento se realizó a través de herramientas de monitorización a distancia, como aplicaciones de telefonía móvil y pulseras de actividad física (en concreto Fitbit®).

### **Empeoramiento persistente de la salud mental**

El rendimiento cognitivo de los participantes no mostró cambios relevantes en el periodo de seguimiento. Sí varó la actividad física realizada de forma diaria, que se redujo a la mitad, pero en la desescalada se recuperó de forma rápida. Las horas de sueño también mostraron una gran variabilidad entre los participantes.

Los aspectos relacionados con la salud mental registraron un empeoramiento durante el confinamiento, que se mantuvieron una vez se empezaron a levantar las restricciones, a veces,



Institut Hospital del Mar  
d'Investigacions Mèdiques *Nota de premsa*

durante un periodo de más de un mes. Así, **todos los participantes en el estudio fueron clasificados con un posible trastorno mental**, mientras que antes de la COVID-19 solo uno entraba en esta categoría. A la vez, el 56% probablemente sufrían, o se acercaban a hacerlo, un desorden emocional durante el confinamiento, casi el doble de los que lo hacían antes (31%), a causa de un aumento de los síntomas de depresión.

El aspecto que más empeoró fue el estado de ánimo. En los participantes con peores registros, el estado de ánimo continuó empeorando durante la primera semana de desescalada, manteniéndose así durante todo el periodo estudiado. La percepción propia de la salud mental empeoró entre los participantes durante el confinamiento, y se mantuvo al levantarse las restricciones.

Estos resultados demuestran que **"el impacto indirecto de las medidas de distanciamiento social en la salud mental de individuos con un riesgo elevado de enfermedad de Alzheimer puede tener consecuencias a largo plazo"**, analiza el Dr. Rafael de la Torre, director del Programa de investigación en Neurociencias del IMIM-Hospital del Mar, investigador CIBEROBN y último firmante del estudio. A la vez, el trabajo certifica que **"la metodología utilizada en este estudio permite monitorizar y entender el impacto de estas medidas en la salud mental de la población e identificar factores de riesgo. También es relevante para poder aplicar intervenciones más efectivas basadas en la medicina personalizada y utilizando herramientas de telemedicina"**.

#### **Artículo de referencia**

---

Soldevila-Domenech N, Forcano L, Boronat A, Lorenzo T, Piera I, Puig-Pijoan A, Mateus J, González de Echevarri Gómez JM, Knezevic I, Soteras A, Fauria K, Pizarro N, Molinuevo JL, de la Torre R; PENSA Study Group. From IMIM;; From BBRC: *Effects of COVID-19 Home Confinement on Mental Health in Individuals with Increased Risk of Alzheimer's Disease*. J Alzheimers Dis. 2020 Dec 31. doi: 10.3233/JAD-201408. Epub ahead of print. PMID: 33386809.

#### **Más información**

Servicio de Comunicación IMIM/Hospital del Mar: Marta Calsina 93 3160680 [mcalsina@imim.es](mailto:mcalsina@imim.es), David Collantes 600402785 [dcollantes@hospitaldelmar.cat](mailto:dcollantes@hospitaldelmar.cat)